

つとい作業所 生活介護 2024 年 **1月のプログラム**

|    | 月                  | 火          | 水                    | 木            | 金            |
|----|--------------------|------------|----------------------|--------------|--------------|
| 日  | 1                  | 2          | 3                    | 4            | 5            |
| 午前 | お休み                |            |                      | 新年会・餅つき      | 散歩・体操<br>食事会 |
| 午後 |                    |            |                      | 書初め          | おはなしのとびら     |
| 日  | 8                  | 9          | 10                   | 11           | 12           |
| 午前 | 散歩・体操              | 散歩・体操・町内散策 | 散歩・体操                | PT（理学療法）     | 散歩・体操        |
| 午後 | 創作<br>(2月の作品)      | リラックスタイム   | 作業                   | DVD鑑賞        | 音楽プログラム      |
| 日  | 15                 | 16         | 17                   | 18           | 19           |
| 午前 | 散歩・体操              | 散歩・体操・町内散策 | 散歩・体操                | 散歩・体操        | 散歩・体操        |
| 午後 | 作業                 | リラックスタイム   | ボランティアさんによる<br>読み聞かせ | 作業           | リラックスタイム     |
| 日  | 22                 | 23         | 24                   | 25           | 26           |
| 午前 | 散歩・体操              | 散歩・体操・町内散策 | 散歩・体操                | PT（理学療法）     | 散歩・体操        |
| 午後 | スポーツ<br>(ペットボトル倒し) | リラックスタイム   | 創作<br>(2月の作品)        | お菓子作り<br>誕生会 | 音楽プログラム      |
| 日  | 29                 | 30         | 31                   |              |              |
| 午前 | 散歩・体操              | 散歩・体操・町内散策 | 散歩・体操                |              |              |
| 午後 | カラオケ               | リラックスタイム   | 利用者全体会               |              |              |

～創作 12月の作品～

創作 12月の作品「クリスマスツリー」が完成しました。ツリーはみんなでパーツをたくさん作り、大きな紙に貼ってもみの木にして、オーナメントはひとつひとつ紙粘土で作りました。



プログラム紹介

～大盛況！カラオケ～

生活介護では利用者のみなさんのご希望をプログラムに取り入れています。その中で、多くのご希望があったカラオケをやっと実施することができるようになりました。

「ひとり何曲歌えるの？」

「どの曲を歌おうかな？」

等、プログラムの数日前からカラオケの話題で持ち切りでした。



当日は、「カラオケなんてなくても大丈夫！」とアカペラで歌う方や、ひとりでは難しいけど…誰かと一緒なら、という方などそれぞれの参加の仕方を楽しめました。





## ～トートバッグ作り～



毎年、生活介護では半年ごとにその間の活動を振り返り、創作体験を行っています。今年度は夏に絞り染めの手ぬぐいを作成し、冬(12月)はトートバッグ作りを行いました。

無地のトートバッグにワッペンやレース、リボンをレイアウトしたり、絵を書いたり、色をつけたり、思い思いのバッグに仕上げました。



「ワッペン、どれにしようかな～？」  
「ここにリボンあったら、かわいいね。」  
「ハート、書きたいな。」  
「名前、書こうかな？」  
等アイディアはたくさん。  
すてきなトートバッグに仕上がりました。



## ～町内散策～



生活介護では利用者のみなさんの社会参加の一環として、毎週火曜日午前中に町内の公共施設やスーパーマーケット等の商業施設に出かけています。12月は幸田中央公園、図書館、スーパーオークワに出かけました。中央公園ではマラソンしている中学生を応援したり、スーパーでは焼き立てパンのいい香りの中でたくさんのパンが並んでいるのを見ました。

## ～つどい作業所 生活介護 体験利用について～

只今つどい作業所 生活介護では体験利用を受け付けています。

☎(0564)63-2941 丹羽(にわ)まで。

## 一日の流れ

【朝の会】10:15～

・出欠点呼→体調チェック→プログラム説明→ 一日の予定確認

【散歩】10:20～

・屋外ウォーキング: 近隣のあぜ道を往復 20～30 分程かけて散歩します。(天候を見て実施します。)

【体操】10:30～

・ボール握り…やわらかいゴムボールを握り、握力の維持をはかります。(右左各10回×2)

・旗揚げ…青と赤の旗を左右の手に1本ずつ持ち、「ウルトラソウル」の曲に合わせ、職員の声掛けで、旗を上げ下げし、楽しく運動を行います。

・ごぼう体操…椅子に座ったまま、上、下半身の運動を行います。約20分のDVDを2本行います。

【自立課題: 机に向かって行う活動】11:00～

・タブレット(順番で全員)、ビーズ、絵の仕分け、ストロー差し、色分けなど。

【DVD】11:30～

・DVDを見ながら各自休憩, お茶, トイレの時間として過ごします。

【昼食】12:00～

【午後のプログラム】14:00～

【自立課題】14:40～

・キャップ(色分け)、洗濯ばさみ(洗濯ばさみと同じ色のシールが貼ってある紙をはさみます)、ビーズなど個人に合わせた課題を毎日行っています。

【帰りの会・掃除】15:15～